प्रायोगिक वनौषधि विज्ञान

हरितिमा देवालय, शान्तिकुञ्ज, हरिद्वार-उत्तरांचल

प्रायोगिक वनौषधि विज्ञान

लेखक
उद्यान एवं जड़ी-बूटी विभाग

मुद्रक :
युग निर्माण योजना प्रेस,
गायत्री तपोभूमि, मथुरा

भूमिका

जिस भोगवादी युग में आज हम जी रहे हैं, मनुष्य का रोगी होना स्वाभाविक है। कभी व्यक्ति नैसर्गिक जीवन जीता था, प्रकृति के साहचर्य में परिश्रम से युक्त जीवनचर्या अपनाता था, रोगमुक्त जीवन एक सामान्य बात मानी जाती थी। रोजमर्रा की जिन्दगी में तब ऐसे तत्त्वों का समावेश था, जिनसे व्यक्ति के जीवन का उल्लास सहज ही अभिव्यक्त होता था। हमारी संस्कृति में प्रत्येक दिन एक पर्व-त्यौहार के रूप में माना जाता रहा है। इसीकारण आनंद हर क्षण झरता रहता था। यही कारण था कि मानव तनाव ग्रस्त भी नहीं होता था। आज की जीवन पद्धति दूषित, असांस्कृतिक, कृत्रिम एवं यांत्रिकता से युक्त है। जीने की शैली आधुनिकता के साधनों के बाहुल्य के कारण कुछ ऐसी हो गयी है कि उसमें शरीर को श्रम अधिक नहीं करना पड़ता-मन कुछ जरूरत से ज्यादा ही तनाव से युक्त रहता है एवं यह एक वास्तविकता है कि बहुत से व्यक्ति जीवन जीने की कला से परिचित नहीं हैं। यही कारण है कि वे अनगढ़ की तरह जीवन जीते देखे जाते हैं एवं अकारण रोगों के शिकार हो संश्लेषित पद्धति पर आधारित आधुनिक चिकित्सा प्रणाली के शिकार हो कर धन तो गँवाते ही हैं, साथ ही स्वास्थ्य जैसी अमूल्य निधि भी गँवा बैठते हैं।

परम पूज्य गुरुदेव ने 'आयुर्वेद' को अपने मूल रूप में पुनर्जीवित कर इसे सार्वजनीन-सर्वसुलभ बनाया है। आयुर्वेद आयुष्य को नीरोग रूप में दीर्घ बनाए रखने का विज्ञान है। यह आहार-विहार के नियमों-उपनियमों से लेकर अपनी प्राकृतिक रूप में पायी जाने वाली वनौषधियों द्वारा रोगों के मूल तक पहुँचकर उनकी चिकित्सा करना सिखाता है। वनौषधियाँ स्वयं में समग्र हैं एवं स्वयं में औषधि युक्त प्रभाव वाले 'प्रोटागोनिस्ट' भी समाहित रखती हैं एवं संभावित दुष्प्रभावों को निरस्त करने वाले 'एण्टागोनिस्ट' भी अपने अंदर समाए रखती हैं। यही कारण है

कि एक औषधि भी अपने समग्र रूप में कल्क-क्वाथ या चूर्ण रूप में यदि अनुपात भेद से प्रयुक्त की जाती है, तो वांछित लाभ दिखाती है। आयुर्वेद की यही विशेषता उसे सर्वोपरि चिकित्सा पद्धति के रूप में स्थापित करती है।

गायत्रीतीर्थ शान्तिकुञ्ज में उस विधा को पुनर्जीवित किया गया है जो कभी विस्मृत सी हो कर अप्रामाणिकता का शिकार हो गयी थी। आज आयुर्वेद से जुड़े व्यक्ति भी आधुनिक चिकित्सा पद्धति के तुरंत प्रभाव दिखाने वाली मोहिनी-माया से प्रभावित हो उसी का प्रयोग करते देखे जा रहे हैं। घुन लगी-प्रभाव खो चुकी औषधियों के प्रभाव न दीख पड़ने पर आम व्यक्ति के मनों में भी आयुर्वेद के प्रति लगाव कम होता जा रहा हो तो ऐसे समय में एक भागीरथी पुरुषार्थ शान्तिकुञ्ज द्वारा संभव हो पाया है। प्रायः ढाई सौ से ज्यादा औषधियों को उनके प्राकृतिक रूप में न केवल सुलभ कराया गया है, बल्कि इस पुस्तक द्वारा उन्हें कैसे पहचाना जाय, कैसे उन्हें एक सामान्य व्यक्ति भी प्रयोग कर सकता है, यह भी प्रस्तुत किया गया है। औषधियों के चूर्ण नितान्त शुद्ध व स्वच्छ रूपों में एक्सपायरीडेट सहित अब सर्वोपलब्ध हैं। यह न केवल आयुर्वेद के क्षेत्र में की गयी एक सर्वोत्तम सेवा है-मानवमात्र को चिरयौवन देने वाले आयुर्वेद को पुनः स्थापित कर स्वास्थ्य संवर्धन के क्षेत्र में अभूतपूर्व क्रान्ति भी है। शान्तिकुञ्ज के वनौषधि एवं वेद विभाग के साधुवाद पात्र हैं कि उनने 'स्वस्थ शरीर-स्वच्छ मन' के क्षेत्र में एक क्रांतिकारी सूत्रपात ही नहीं किया, बल्कि जन-जन के अंदर हमारी सांस्कृतिक स्थापनाओं के प्रति एक उत्साह का संचार किया है। 'गमलों में स्वास्थ्य', आदि ऐसी अनेक सर्वोपयोगी पुस्तकों के बाद निश्चित ही ये पुस्तकें हर परिजन-नागरिक के लिए एक वरदान सिद्ध होगी, ऐसी आशा और विश्वास है। इस स्तुत्य प्रयास के लिए गुरुसत्ता के शुभाशीष सहित हमारी हार्दिक मंगल कामनाएँ।

-डॉ. प्रणव पण्ड्या

विषय सूची

(१) अपामार्ग

Achyranthes aspera linn

स्वरूप :- जंगली वनस्पति, क्षुप, पर्व मोटी, पत्ते गोल-नुकीले, लम्बा पुष्प दण्ड, लाल-गुलाबी पुष्प, उसी दण्ड पर छोटे-छोटे काँटेदार फल लगते हैं। पंचांग का उपयोग किया जाता है।

उपयोग :- पत्तों को चबाने से दंतशूल ठीक होता है। मसूड़ों में रक्त स्राव रोकने के लिए दातून का प्रयोग किया जाता है। अर्श, कृमि रोग, शिरः शूल, अश्मरी में, मूत्र कृच्छ में-बकरी के दूध में मूल (जड़) घिसकर पिलाने से लाभ होता है। कामला में-मूल को छाँछ में घिसकर तथा पीपर मूल का चूर्ण मिलाकर पिलाया जाता है। खाँसी, जुकाम में-इसके पत्तों की राख में मधु मिलाकर सेवन लाभकारी होता है।

(२) घृतकुमारी

Aloe-barbdensis Mill

स्वरूप :- छोटा क्षुप, मांसल पत्ते, मोटे मालाकार १-२ फीट लम्बे दंतुर (इनके अंदर घी के समान गूदा होता है।)

उपयोग :- मलेरियल ज्वर में-पत्तों के एक चम्मच रस में चार दाने काली मिर्च का चूर्ण मिलाकर सेवन लाभकारी होता है। कामला में-दो तोला रस में इतना ही मूली का रस मिलाकर सेवन करने से लाभ होता है। टांसिल में-इसके रस में हल्दी का चूर्ण मिलाकर सेवन करना चाहिए।

(३) शतावर

Asparagus racemosus willd

स्वरूप :- काँटेदार क्षुप, आरोहणशील लता, पत्राभास, कांड के गुच्छे, पत्रों के स्थान पर काँटे होते हैं। सफेद छोटे पुष्प।

उपयोग :- मूत्र में रक्त आना-मूल (जड़) के चूर्ण में समभाग गोक्षुरू चूर्ण मिलाकर इस एक चम्मच चूर्ण को दूध में उबालकर पिलाने से लाभ। रक्तातिसार में-मूल का चूर्ण बकरी के दूध से पिलाना चाहिए। स्वरभेद में(जुकाम के कारण)-मूल के चूर्ण को गोमूत्र में मिलाकर सेवन से लाभ। स्त्रीरोगों में-चूर्ण का सेवन दूध के साथ करने से लाभ होता है।

(४) कालमेघ

Andrographis paniculata Nees

स्वरूप :- छोटा क्षुप, पतली विपरीत शाखाएँ, पत्र विपरीत मालाकार, पुष्प सफेद तथा पंखुड़ियाँ बैंगनी छींटवाली।

उपयोग :- अम्लपित्त में-पंचांग के क्काथ में मधु मिलाकर सेवन से लाभ। उदरशूल तथा अजीर्णता में-पत्तों के रस में कालीमिर्च, सेंधा नमक व हींग मिलाकर सेवन से लाभ होता है।

> वनस्पतियों का जीवन श्रेष्ठ है, क्योंकि इनके द्वारा सब प्राणियों को सहारा मिलता है, उनका निर्वाह होता है। जैसे किसी सज्जन पुरुष के घर से कोई याजक खाली हाथ नहीं लौटता, वैसे ही इन वृक्षों से भी सभी को कुछ न कुछ मिल ही जाता है। -श्रीमद्भागवत पुराण

(५) पुनर्नवा-बोरहाविया डीफ्युजा

Boerhaavia diffusa Linn

स्वरूप :- फैलने वाला क्षुप, कांड लालिमा लिये हुए, पर्व संधि पर मोटा, संधि पर छोटे-छोटे पत्ते, पुष्प छोटे एवं गुलाबी रंग के।

उपयोग :- अश्मरी में-मूल (जड़) को दूध में उबालकर पिलाने से अश्मरी नष्ट होती है। पाण्डुरोग में-पंचांग के स्वरस में हरड़ का चूर्ण मिलाकर सेवन करने से रोग ठीक होता है। मूत्रावरोध में-पंचांग का सेवन लाभकारी। कामला में-मूल का क्वाथ प्रतिदिन सेवन करने से लाभ होता है।

(६) मदार

Calotropis procera (Aif)

स्वरूप :- क्षुप ६ से ८ इंच, पत्र अण्डाकार विपरीत, मोम जैसा सफेद आवरण, पुष्प सुगंधित गुच्छों में, दल खण्डों के ऊपर जामनी रंग के दाग होते हैं।

उपयोग :- इसके दुग्ध प्रयोग से उदर रोग, प्लीहा, यकृत वृद्धि में लाभ होता है। चर्म रोगों में-पत्तों के रस में हल्दी मिलाकर तेल में पकाकर लगाने से लाभ मिलता है। खाँसी में-बताशों में पत्तों से टपकायें हुए दूध की दो-तीन बूँदें खिलाने से लाभ, ऊपर से काली द्राक्षा खिलानी चाहिए।

> शिक्षा की जड़ें कड़वी तथा फल मीठे होते हैं।

(७) जलनीम

Bacopa monieri Linn

स्वरूप :- मांसल प्रसरी क्षुप, पत्र काले चिह्नों से युक्त, कुंठिताग्र, पुष्प श्वेत जामुनी।

उपयोग :- स्वरस का प्रयोग आमवात में लाभकारी। अवसाद मानसिक रोग, बच्चों की खाँसी में पत्तों का चूर्ण या स्वरस लाभकारी।

(८) मण्डूकपर्णी

Centella asiatica (Linn)

स्वरूप :- प्रसरी क्षुप, पर्व मूल युक्त, पत्ते गोल वृक्काकार।

उपयोग :- बच्चों के आमरोग में-पत्तों के स्वरस में जीरा तथा मिश्री मिलाकर पिलाने से लाभ होता है। बच्चों के शब्द उच्चारण के लिए पत्रों को चबाने से लाभ। स्मरण शक्ति बढ़ाने के लिए पंचांग का चूर्ण दूध के साथ सेवन से लाभ होता है।

(९) ब्राह्मी

Centella rotundifolia

स्वरूप :- प्रसरण शील क्षुप, पर्व मूल युक्त, पत्र लम्बवृंत्त वाले, पत्र गोल वृक्काकार, धार कुंठित दंत वाले।

उपयोग :- मानसिक अवसाद-पत्रों का चूर्ण सेवन से लाभ। स्मरण शक्ति बढ़ाने में उपयोगी। अनिद्रा रोगों में-पंचांग का चूर्ण दूध के साथ सेवन से लाभ।

(१०) सफेद मूसली

Chlorophytum borivilianum Sant & Fern

स्वरूप :- क्षुप, पत्ते लम्बे, पुष्प ध्वज ५-१५ इंच लम्बा, पुष्प संफेद, सूत्राकार जड़ के गुच्छे होते हैं।

उपयोग :- शुक्र दौर्बल्य (नपुसंकता) को दूर करने के लिए। प्रदर रोग में तथा कमजोरी को दूर करने के लिए दूध के साथ इसकी जड़ों का चूर्ण उपयोग किया जाता है।

(११) बिजौरा

Citrus medica Linn

उपयोग :- मूल की छाल का चूर्ण जल के साथ सेवन से लाभ। रक्तपित्त-मूल तथा पुष्पों का चूर्ण (समभाग) जल के साथ सेवन से लाभ। वातशूल-मूल की छाल घी के साथ सेवन से लाभ।

(१२) कालीमूसली

Curculigo orchioides Gaertn

स्वरूप :- छोटा क्षुप, पत्ते खजूर जैसे, मूल स्तंभ सीधा, मांसलं मूल, पुष्प छोटा, बीच से निकला पीले पुष्प।

उपयोग :- मूत्र कृच्छ, लिंग अस्थि भग्न में। भौमिक काण्ड एवं जड़ों का उपयोग चूर्ण के रूप में किया जाता है।

श्रेष्ठता और संस्कृति का पहला गुण स्वच्छता है। -पूज्य गुरुदेव

(१३) नींबू घास

Cymbopogon citratas

स्वरूप :- वाटिकाओं में होने वाली घास। पत्ते ३-४ इंच लम्बे, पुष्प मंजरियों में, पत्ते को मसलने से नींबू की सुगंध आती है।

उपयोग :- कॉलरा में -दूध में इसके तेल की दो-तीन बूँदें डालकर पिलाने से लाभ। मलेरियल ज्वर में-पत्तों के फांट में शर्करा दूध मिलाकर पिलाने से लाभ। खाज-खुजली में इसके तेल का प्रयोग लाभकारी।

(१४) नागरमोथा

Cyperus rotundus Linn

स्वरूप :- क्षुप घास, मूली पत्र गुच्छ काण्ड भौमिक, अण्डाकार गोल कंद, डण्डी पतली, त्रिकोणाकार पत्तों के बीच से निकलती है, पतले लम्बे पत्ते, डण्डी के अग्र पर संयुक्त पुष्प व्यूह निकलता है।

उपयोग :- कॉलरा तृषा-मूल का क्वाथ पिलाने से लाभ। अतिसार में-इसके कंद का रस तथा अदरख का रस मधु के साथ पिलाने से लाभ। व्रण में-जड़ को घिसकर लगाने से लाभ होता है।

खुद साफ रहो, सुरक्षित रहो और औरों को भी रोग और बीमारी से बचाओ। -परम पूज्य गुरुदेव

(१५) भृंगराज

Eclipta alba Hassk

स्वरूप :- आर्द्र स्थानों पर प्रसरी क्षुप, शाखाएँ खुरदरी, छोटे-बड़े पत्ते, नुकीले, विपरीत, पुष्प छोटे सफेद मुंडकों में।

उपयोग :- चर्म रोगों में पंचांग के स्वरस का लेप। खांसी श्वास में-स्वरस द्वारा सिद्ध किया हुआ तेल का प्रयोग लाभकारी। कामला में-पंचांग के स्वरस काली मिर्च का चूर्ण पत्ती में मिलाकर सात दिन तक सेवन से लाभ।

(१६) गुड़हल

Hibiscus rosa sinensis Linn

स्वरूप :- झाड़ीनुमा गुल्म, पत्ते चमकदार दंतुर, पुष्प लाल, घंटाकार, जननांग पुष्प के बीच से बाहर निकले हुए।

उपयोग :- खाँसी में-इसके मूल का चूर्ण सेवन करने से लाभ होता है। प्रदर में-पुष्प की कलियाँ दूध में पीसकर पिलाना लाभकारी है। श्वित्र रोग-इसके चार पुष्प प्रतिदिन एक वर्ष तक सेवन करने से लाभ मिलता है।

(१७) लज्जालु

Mimosa pudica Linn

स्वरूप :-काँटेदार फैला हुआ गुल्म, पत्र वृन्त लम्बे, पत्र बबूल की तरह, पुष्प गुच्छ गुलाबी, मुण्डक में, फली सूक्ष्म काँटेवाली। स्पर्श करने से इसके पत्र संकुचित हो जाते हैं।

उपयोग :- अश्मरी मूत्र रोगों में-इसके मूल के क्वाथ सेवन से लाभ होता है। अर्श में-पत्तों का चूर्ण दूध के साथ सेवन करना लाभकारी है। काली खाँसी में-मूल का चूर्ण मधु के साथ सेवन से लाभ।

(१८) मौलश्री

Mimusops elengi Linn

स्वरूप :- ऊँचा सघन वृक्ष, पत्ते चिकने, नुकीले, लहरदार, पुष्प सफेद, सुगन्धित, फल गोल, पकने पर पीले।

उपयोग :- जीर्ण ज्वर में-इसकी छाल के क्वाथ का सेवन करना लाभदायक है। दंत रोगों में-इसकी टहनी का प्रयोग दातून की तरह करने से एवं इसकी छाल को चबाने से भी दंत रोग में लाभ मिलता है।

(१९) मीठी नीम

Murraya koenigii Sprin

स्वरूप :- लघु वृक्ष, संयुक्त पक्षाकार, सुगंधित, पुष्प सफेद गुच्छों में होते हैं।

उपयोग :- प्रवाहिका में पत्तों के स्वरस का सेवन करने से लाभ। वमन में इसके पत्तों का फांट बनाकर पीने से वमन ठीक हो जाता है। चमड़ी छिल जाये या चोट लगने पर-पत्तों को पीसकर लेप करने से लाभ होता है।

(२०) भुई आँवला

Phyllanthus niruri Linn

स्वरूप :- लघु क्षुप ६ से १२ इंच, शाखाएँ पतली, पत्ते छोटे, पुष्प छोटे हरे या श्वेताभ, पत्र कोण में, फल आँवले की तरह गोल।

उपयोग :- श्वास रोग में पत्तों का क्वाथ पीने से लाभ। मलेरियल ज्वर में-पंचांग का क्वाथ लाभकारी। कामला में-मूल को दूध में पीसकर सेवन से लाभ।

(२१) अमरूद-सिडयम गुआवा

Psidium guajava Linn

स्वरूप :- लघु वृक्ष, सफेद पतली छाल, छिलके की तरह निकलती शाखाएँ चार धारवाली, पत्र खुरदुरे, विपरीत, पुष्प सफेद।

उपयोग :- उदर शूल में इसके कोमल पत्तों को पीसकर इसका सेवन करने से लाभ होता है।

(२२) सर्पगंधा

Rauwolfia serpentina Benth

स्वरूप :- छोटा सुहावना २-३ फीट ऊँचा, पत्ते चमकीले हरे। तीक्ष्ण, आधारतल पतला, पर्व पर ३-४ पत्ते, पुष्प श्वेत या साधारण गुलाबी।

उपयोग :- उच्च रक्तचाप में लाभकारी। मूल का चूर्ण, उन्माद, अपस्मार, अनिद्रा में लाभकारी।

(२३) बला

Sida cordifolia Linn

स्वरूप :- २ से ४ इंच ऊँचा क्षुप, मृदु, रोमश पत्ते हृदयाकृति, तुल रोमश गोल दंतुर ७-९ शिराओं युक्त पुष्प छोटे-छोटे पीले रंग के वर्षा ऋतु में आते हैं।

उपयोग :- शुक्रमेह में-पंचांग लाभकारी। श्वेत प्रदर में-मूल का चूर्ण गाय के दूध के साथ सेवन से लाभ। रक्त पित्त में-इसके मूल से सिद्ध किया दूध का सेवन लाभकारी होता है।

(२४) चांगेरी

Oxalis corniculata Linn

स्वरूप :- भूप्रसरी, छोटा क्षुप, पत्ते त्रिपत्रक लम्ब वृन्तवाले, जो अभिहृदवत, पुष्प पीले, दो-दो साथ में होते हैं।

उपयोग :- अतिसार में-पंचांग का शाक बनाकर सेवन करने से लाभ। अर्श में-पंचांग को घी में सेंककर दही के साथ सेवन करना लाभकारी। ज्वर में-पत्रों को उबालकर इसका क्वाथ बनाकर पिलाने से लाभ।

(२५) गिलोय

Tinospora cordifolia (Willd) Miers

स्वरूप :-चिकनी लता वृक्षों पर फैली रहती है, डोरे के समान भूमि की तरफ फैली शोरियाँ, पत्ते नुकीले, चिकने ७-९ शिराएँ, पर्ण वृन्त लम्बा, पुष्प हरे-पीले गुच्छों में।

उपयोग :- वातशूल, हृदयशूल में-गिलोय एवं काली मिर्च के चूर्ण का क्काथ गुनगुने जल के साथ।

मूत्र कृच्छ्र-गिलोय स्वरस में मधु मिलाकर सेवन। विषम ज्वर में-इसके स्वरस का सेवन। पीलिया-इसके स्वरस का मधु के साथ सेवन प्रातःकाल करने से लाभ। प्रमेह-इसका स्वरस का मधु के साथ सेवन। वात रक्त (गठिया)-गिलोय का स्वरस अति लाभकारी।

(२६) निर्गुण्डी

Vitex negundo Linn

स्वरूप :- झाड़ीनुमा गुल्म वृक्ष के समान। श्वेताभ रोमावरण युक्त पत्ते संयुक्त ३-५ पत्रक, अग्र पत्र बड़ा, निचले पत्ते छोटे, पुष्प श्वेत-नीले होते हैं।

उपयोग :- संधिशोथ, आमवातिक संधिशोध-इसके बीज के चूर्ण का सेवन तथा इसके पत्तों को गर्मकर शोथ स्थान पर प्रतिदिन ३-४ बार बाँधने से लाभ। शीतज्वर, विषम ज्वर-पत्तों का चूर्ण या पंचांग स्वरस का सेवन। गठिया रोग में-मूल का क्काथ। श्वास रोग में-पत्तों का स्वरूप एवं मधु एक-एक चम्मच नित्य चार बार सेवन करने से लाभ।

समय को व्यर्थ गँवाना और श्रम से जी चुराना यह दो दुर्गुण जीवन को बर्बाद करने के लिए पर्याप्त है।

-पूज्य गुरुदेव

(२७) बहेड़ा

Terminalia belerica Roxb

स्वरूप :-विशाल वृक्ष, छाल काली या नीलापन लिये, पत्ते विंषमवर्ती छोटे टहनियों के अंत में सघन पुष्प फीके हरे जो ३ इंच-६ इंच मंजरियों में होते हैं, फल गोल।

उपयोग :- खाँसी में-फल की मींगी या छिलके को भूनकर इसके चूर्ण का सेवन। इसकी मिंगी का तेल बालों के लिए पौष्टिक काण्डु रोग में। श्वास रोग खाँसी में-फल का चूर्ण मधु के साथ चाटने से। अतिसार में-फल को सेंककर इसके चूर्ण में सेंधा नमक मिलाकर जल के साथ सेवन अति लाभकारी।

(२८) बड़ी दुग्धी

Euphorbia hirta (Linn)

स्वरूप :- रोमश छोटा क्षुप, चतुष्कोणीय काण्ड, पत्ते अभिमुख, विषमवर्ती संकुचित अग्रवाले, पुष्प गुच्छों में छोटे-हरे।

उपयोग :-चर्मकील, दद्रुपर इसके दुग्ध का प्रयोग। स्तनपान कराने वाली माताओं में दूध की कमी होने पर पंचांग के सेवन से लाभ। दाद, खाज में रोग ग्रस्त भाग को गोबर के कण्डे से घिसकर इस पर इसका स्वरस लगाना चाहिए। गण्ड, फोंड़ो में-एरण्ड के बीज की मींगी का दुग्धी के स्वरस में पीसकर लेप करने से।

(२९) जंगली प्याज

Urginia indica Kunth

स्वरूप :- एक छोटा क्षुप, पत्ते मूल से उत्पन्न होते हैं, लम्बे, चिपटे, रेखाकार, नोकदार, सवंडी पुष्प ध्वज जिसपर हरित-सफेद पुष्प गुच्छे होते हैं।

उपयोग :- श्वास रोग, श्वसनी शोथ, बच्चों के जीर्ण कफ रोग में-कंद १० तोला, जल ३२ तोला मिलाकर सात दिन तक भिगोये रहने के पश्चात् छानकर इसका सेवन ५-१५ बूँदें प्रतिदिन। इससे हृदय बल बढ़ता है, कफ शीघ्र मुक्त होता है, भोजन का पाचन होकर दस्त साफ होता है, भूख बढ़ती है।

(३०) तुलसी-रामा-श्यामा

Ocimum sanctum Linn

स्वरूप :- क्षुप तीव्र गंधवाला शाखायें सीधी फैली पत्ते विपरीत सुगंधित, शाखाओं के अंत में मंजरी होती है, हरे सफेदी लिये पत्ते (रामा) पत्ते, डंडियाँ काली (श्यामा)।

उपयोग :- पाँच पत्तों के नित्य सेवन से रक्तचाप का नियंत्रण। टॉन्सिल खाँसी-जुकाम में-नित्य पान के पत्ते में तुलसी के सात पत्ते, काली मिर्च तीन दाने रखकर पान की तरह चबाकर रस उतारने से लाभ। मलेरिया ज्वर में-पत्तों का स्वरस एक चम्मच प्रातः नित्य सेवन से। उदर शूल में-पत्तों तथा अदरख का रस एक चम्मच दो-दो घण्टे पर सेवन।

(३१) कपूर तुलसी

Ocimum basilicum Linn

स्वरूप :- १-२ फीट का सीधा क्षुप, हरी या पीली- हंरी शाखायें। पत्ते चमकीले-हरे, नुकीले, फूलों की हरी मंजरियाँ शाखा के अंत में।

उपयोग :- खाँसी में-पत्तों के स्वरस का मधु के साथ सेवन। दंतशूल तथा कर्णशूल में-पत्तों के स्वरस का बाह्य प्रयोग। बिच्छू काटने पर-पत्तों को पीसकर लेप किया जाता है। सर्प विष में-पत्तों का स्वरस चार से पाँच तोला चार-चार घण्टे पर पिलाया जाना चाहिए।

(३२) वन तुलसी

Lantana camera Linn

स्वरूप :- गुल्म, पुष्प गोल मुंडक में विभिन्न वर्णी होते हैं, काण्ड पर वक्रकांटे, पत्र विपरीत, नोकदार दंतुर निचली सतह श्वेत रोमश।

उपयोग :- पंचांग के क्वाथ का प्रयोग विषम ज्वर तथा आमवात में लाभकारी। प्रसव पीड़ा में-इसके बीज का प्रयोग क्वाथ बनाकर प्रसव के बाद किया जाता है। कास-खाँसी में-पत्रों का प्रयोग चाय बनाकर देने से कास-खाँसी में लाभकारी। मात्रा- १/४-१/२ तोला।

> दुनिया में आलस्य को पोषण देने जैसा दूसरा भयंकर पाप नहीं है। -पूज्य गुरुदेव

(३३) करौंदा

Carissa carandas

स्वरूप :-झाड़ीनुमा सदाहरित वृक्ष, तीक्ष्ण युग्म कांटे होते हैं, पत्ते चिकने चर्मवत विपरीत, पुष्प सफेद सुगंधित, फल हरे लाल या काले (पकने पर)।

उपयोग :- मसूड़ों में खून आता हो, तो इसके प्रयोग से लाभ। (फल)सर्प ने काटा है या नहीं इसकी परीक्षा की जा सकती है। इसकी जड़ को शीतल जल में घिस कर पिलाने से यदि साँप ने काटा है, तो खट्टा नहीं लगता। विषम ज्वर में-इसके पत्तों का क्राथ पिलाते हैं।

(३४) बच

Acorus calamus Linn

स्वरूप :- सुगंधित ३-४ फीट का गुल्म, जड़ की शाखायें जमीन में फैली रहती हैं। पत्ते लंबे, पतले तलवार के समान, पत्र कोषों से ढकी, सघन मंजरियाँ २-४ डंडी पर होती हैं।

उपयोग :- अपस्मार में-इसका चूर्ण मधु के साथ या इसके टुकड़े कर सात दिन तक घी में रखें। इसके पश्चात् इसका तेल निकालकर सूँघने से लाभ। इसके चूर्ण से मेधा शक्ति बढ़ती है, उन्माद में इसके स्वरस में कोष्ठ कुलिंजन का चूर्ण मधु में मिलाकर सेवन करें। इसके चूर्ण का सेवन जल या दूध के साथ एक माह तक करने से मेधा का विकास होता है।

(३५) बड़ी लूणा (दुग्धी)
पार्चुलाका ऑलेरेसिया
Portulaca oleracea Linn

स्वरूप :- भूप्रसरी (जमीन पर फैलने वाली), क्षुप, जमीन पर फैलने वाली, पत्ते मांसल, छोटा पौधा का रूपचम्मच आकार के, पुष्प पीले, पत्ते खट्टे होते हैं। इसका शाक भी बनाते हैं।

उपयोग :- इसके बीज तथा पत्र के क्वाथ के सेवन से- अश्मरी, मूत्रकृच्छ, रक्तमूत्रता, वृक्क शोथ, बस्ती शोथ में लाभकारी। प्रतिदिन ५-९ तोला। शिरः शूल में-१०० ग्राम इसके पत्ते +४०० मि. ली. जल में उबाले, १५० मि. ली. जल बाकी रहे, तब उबालना बंद कर दें। इसको ठंडा कर छानकर इसमें सफेद प्याज का रस मिलाकर सेवन से लाभ।

(३६) अश्वगंधा
Withania somnifera Dunal

स्वरूप :- सघन क्षुप ३-४ टेढ़ी-मेढ़ी शाखायें, ताराकार रोमाच्छादित पत्ते एकांतर कुंठिताग्र, फल व मूल संकुचित, पुष्प गुच्छों में, हरिताभ पिताभ पत्र कोषों से, फल हरे, पकने पर लाल, जो बाह्य कोश प्रवर्ध से ढके रहते हैं।

उपयोग :- मूल का आधा तोला चूर्ण घी में गरम कर दूध तथा चीनी मिलाकर सेवन से-क्षय-सुखण्डी रोग में लाभ। कमजोरी में-इसके मूल का चूर्ण दूध के साथ एक मास तक सेवन से लाभ (प्रातः एवं सायं)। नपुंसकता में-इसका चूर्ण घी के साथ, इसमें

थोड़ा मधु मिलाकर सेवन। रक्त प्रदर में-इसका चूर्ण समभाग, मिश्री का चूर्ण मिला हुआ एक-एक चम्मच प्रातः एवं सायं सेवन से लाभ।

(३७) शरपुंखा-टॅफरोशिया परप्युरिया

Tephrosia purpurea Linn

स्वरूप :- २-३ फुट ऊँचा क्षुप, कांड चिकना या रोमश, संयुक्त पक्षवत पत्रक पुष्प २१-२३ पत्ते तोड़ने से बाण के पुंख के आकार के समान टूटते हैं। पुष्प लाल या जामुनी मंजरियों में, फल मुड़ा हुआ चिकना होता है।

उपयोग :- उदर शूल में-ताजे मूल की छाल काली मिर्च के साथ पीसकर गोली बनाकर सेवन गुणकारी है। प्लीहा वृद्धि में- इसके पंचांग का चूर्ण १/४-१/२ तोला प्रतिदिन सेवन करें या इसके जड़ की दातून चबाकर रस उदर में उतारने से प्लीहा रोग ठीक हो जाता है।

(३८) जल पीपल

Phyla nodiflora (L) Greene

स्वरूप :- प्रसरी क्षुप, पत्ते विपरीत आरावत्। दंतुर कुंठिताग्र, पुष्प छोटे सफेद, जो मुंडकाकार व्यूह में आते हैं।

उपयोग :- पत्तों का फांट-बच्चों के अजीर्ण अतिसार में लाभ। आन्तरिक घाव में सूजन पर इसकी पोल्टिस बाँधने से जलन कम होकर जल्दी पकती है।

(३९) अजवायन पत्ता (पाषाण भेद)

Coleus aromaticus Benth

स्वरूप :- रोमश मांसल लघुगुल्म, पत्ते मोटे सुगंधित रोमश दंतूर, स्वांद में कटु, पुष्प हल्के, नीले रंग के।

उपयोग :- अश्मरी जन्य मूत्र कृच्छ में-इसके मूल का क्वाथ सेवन। शुक्राश्मरी-पंचांग के क्वाथ का सेवन कुपचन तथा आध्मान में। उदर शूल में-पत्तों के सेवन से लाभ। शिर:शूल में-पत्तों को पीसकर सिर पर लेप करने से लाभ।

(४०) दवना (दौना)

Artemissia vulgaris Linn

स्वरूप :- गुल्म एक से दो मीटर लंबा, पत्ते अति खंडित, खंड पतले सुगंधित पुष्प हरे मंजरियों में होते हैं।

उपयोग :- कृमि रोग में-पत्तों के स्वरस के सेवन से बच्चों के कृमि नष्ट होते हैं। उदर शूल तथा अजीर्णता में-पत्तों के स्वरस का सेवन। दुष्ट व्रण-इसके पंचांग के क्वाथ से व्रण को धोने से दर्द कम होकर व्रण ठीक हो जाता है। कृमि रोग में-इसके पंचांग का चूर्ण रातभर जल में भिगोकर प्रात: छानकर, भोजन के पश्चात् इस जल को पीने से थोड़ी ही देर में कृमि बाहर निकल आते हैं।

> ईश्वर की प्रसन्नता का एक ही केन्द्र बिन्दु पर केन्द्रित है, किसने उसके विश्व-उद्यान् को सुन्दर-सुन्नत बनाने के लिए कितना योगदान प्रस्तुत किया है।

(४१) शमी (छुयोंकर)

Prosopis spiciger L. Syn. P. Cineraria

स्वरूप :- काँटेदार छोटा वृक्ष, पतली शाखायें, कांटे सीधे चिपटे, पत्ते द्विपक्षवत्, उपपक्ष दो जोड़े, पत्रक ८-१२ जोड़े, फली लंबी बीच-बीच में, पुष्प पीताभ छोटी मंजरियों में।

उपयोग :- गर्भपात रोकने के लिए इसके पुष्पों का चूर्ण मिश्री मिलाकर गर्भवती महिलाओं को खिलाया जाता है। शरीर से अनचाहे बालों को निकालने के लिए इसकी पत्तों सहित टहनियों को जलाकर इसकी राखा का प्रयोग किया जाता है।

(४२) छोटी दुग्धी

Euphorbia prostrata

स्वरूप :- छोटा भूप्रसरी क्षुप, हरा या जामुनी काला। पुष्प छोटे तथा समूह में, पत्ते केवल अग्र पर दंतुर।

उपयोग:- इसकी जड़ को चबाने से उल्टी रुक जाती है। इसके अतिरिक्त दंतशूल में लाभ होता है।

(४३) धतूरा

Datura innoxia Linn & Syn.

स्वरूप :- छोटा वृक्ष, शाखायें हरी-श्वेत, पत्ते लहरदार असम दंतुर छोटे-बड़े युग्म में, पुष्प सफेद , बाहर से बैंगनी रंग के फल गोल बाहरी सतह पर बैंगनी रंग के छोटे-छोटे कांटे होते हैं।

उपयोग :-आमवात, नाड़ीशूल, संधिशोथ में-पत्तों के क्वाथ का सेवन से लाभ। बाल झड़ने में-इसके पत्तों के स्वरस का लेप कर, कुछ समय पश्चात् सिर धो दें, लाभ होगा। पागल कुत्ते के काटने में-इसके बीज का चूर्ण, (एक रत्ती) पुनर्नवा सफेद ३ तोला चूर्ण, दोनों को मिलाकर शीतल जल के साथ सेवन से लाभ होता है।

(४४) बिल्व

Aegle marmelos Corr.

स्वरूप :- छोटा वृक्ष, शाखायें लंबे कंटक युक्त, पत्ते संयुक्त तीन पत्रक। पुष्प हरे-सफेद, फल गोल बाहर से कठिन तथा अंदर से मांसल।

उपयोग :- फल का शर्बत कुपचन आध्मान, अर्श विबंध में नित्य प्रात: सेवन। मधुमेह-ताजे पत्तों का स्वरस १-२ तोला। प्रवाहिका में-फल की मज्जा+तिल समभाग दोनों को पीसकर कल्क बना लें। इसका सेवन घी, दही, मलाई के साथ।

(४५) एरण्ड

Ricinus communis Linn

स्वरूप :- चिकना ऊँचा क्षुप, पत्ते खंडित (पाणीवत), पुष्प क्षुप के अग्रभाग पर। नरपुष्प तथा नीचे स्त्री पुष्प, फल गोल बाह्य सतह पर कोमल काँटे।

उपयोग :- गृध्र सी आमवात, संधिशोथ, हृदयशूल में- इसके मूल के क्वाथ में सोंठ मिलाकर सेवन से लाभ। अर्श में- इसका तेल+घृत कुमारी का स्वरस मिलाकर लगाने से जलन कम होती है। कामला में-मूल का चूर्ण मधु के साथ चाटने से लाभ। विरेचन के लिए-इसका तेल+दुगुना त्रिफला क्वाथ मिलाकर सेवन से उत्तम विरेचन।

(४६) कंटकारि

Solanum xanthocarpum

स्वरूप :- काँटेदार प्रसरी क्षुप, कांड टेढ़ा-मेढ़ा, काँटे पीले चिकने चमकीले, पत्ते गहरे कटे हुये, दंतुर पुष्प।

उपयोग :- ज्वर कास में-इसके मूल तथा गिलोय के क्वाथ का सेवन। आमवात में-पत्तों के स्वरस में काली मिर्च का स्वरस मिलाकर सेवन तथा पत्तों का लेप लाभकारी। खाँसी एवं श्वास रोग में-मूल का चूर्ण एक तोला+हींग १/२ तोला, दोनों के चूर्ण में मधु मिलाकर चाटने से लाभ। बच्चों की खाँसी में-पुष्पों का चूर्ण मधु के साथ चटाने से लाभ।

गुरु और शिष्य का सम्बन्ध पूर्वज और वंशज के सम्बन्ध जैसा ही है। श्रद्धा, नम्रता, शरणागति और आदर भाव से शिष्य गुरु का मन मोह ले तो ही उसकी आध्यात्मि उन्नति हो सकती है। -संतवाणी

(४७) छोटी इलायची

Elettaria cardamomum (Maton)

स्वरूप :- क्षुप भौमिक काण्ड, जिससे हरे काण्ड निकलकर पत्ते धारण करते हैं। पत्ते लंबे पुष्प लाल छोटे।

उपयोग :- मूत्र एवं शुक्र रोगों में-इलायची+ सिकी हींग+ दूध, घी मिलाकर या दही के साथ इसका चूर्ण मिलाकर। वमन में-इलायची के छिलके जलाकर इसकी राख को मधु के साथ मिलाकर चाटने से लाभ होता है।

(४८) आँवला

Emblica officinalis Geartn

स्वरूप :- मध्यम कद का वृक्ष, छोटे इमली जैसे पत्ते, पुष्प छोटे पीले-हरे, फल गोल चमकदार, छः रेखा युक्त।

उपयोग :- प्रमेह में-सूखे आँवले का क्वाथ बनाकर उसमें दो ग्राम हल्दी का चूर्ण तथा मधु मिलाकर सेवन लाभकारी। मुख व्रण में-पत्तों के क्वाथ से कुल्ला कराने से लाभ। योनिदाह एवं श्वेत प्रदर में-फल के रस में मिश्री मिलाकर सेवन करें। शुक्रवृद्धि के लिए-ताजे फल के रस में घी मिलाकर सेवन से लाभ। स्वर भेद में-आँवले का चूर्ण गाय के दूध के साथ सेवन करें। वृद्धत्व दूर करने के लिए-सूखे आँवले का चूर्ण+तिल का चूर्ण (समभाग) घी में तथा मधु के साथ २० दिन तक सेवन से लाभ।

प्राण वायु को औषधि समान समझें—अज्ञात

(४९) मुरवा

Sansevieria roxburghiana Schult

स्वरूप :- छोटा क्षुप, भौमिक काण्ड, पत्ते लंबे खड़े, अधर तल पर उन्नतोदर, बीच में चौड़े, श्वेताभ पट्टियाँ होती हैं। चित्रित तीक्ष्ण, अग्र पुष्प छाज लंबा, श्वेत हरिताभ पुष्प।

उपयोग :- जीर्ण खाँसी में-इसके मूल का रस मधु के साथ सेवन। बच्चों के गले में कफ जम गया हो तो-इसके कोमल पत्तों का रस देने से कफ क्षीण होकर बाहर निकल जाता है।

(५०) कपूर कचरी

Hedychium spicatum Hamex Smith

स्वरूप :- क्षुप, जड़ें कंद प्रकार की, पत्ते भूमि से निकले डंठल पर लंबे होते हैं। पुष्प सफेद, मूल कंद सुगंधित।

उपयोग :- दंतशूल में-इसके कंद को सुखाकर चूर्ण बना लें। इसका मंजन करने से लाभ होता है। मुख की दुर्गन्ध दूर होती है। कास एवं श्वास रोग में-इसके कंद के चूर्ण के सेवन से लाभ होता है।

> जिन्दगी में, रहन-सहन में सादगी आए तो फिजूल की चीजें बनाने वाले कारखाने कम होंगे और उनसे पैदा होने वाला प्रदूषण भी कम होगा। मुट्ठी भर लोगों को सकल ऐश्वर्य उपलब्ध कराने की बजाय सबको रोटी, कपड़ा, मकान और पीने का पानी दिलवाना हमारा लक्ष्य हो, तो हम प्रकृति को कम से कम पीड़ित करते हुए प्रगति कर सकेंगे। -डॉ. आत्माराम

(५१) महाबला
Sida rhombifolia Linn

स्वरूप :- क्षुप (३-४ फीट ऊँचा) पुष्प पीले, पत्ते दंतुर बला के पुष्पों से थोड़े बड़े होते हैं।

उपयोग :- मूत्रकृच्छ-इसके मूल का क्वाथ पिलाने से वेदना कम होकर लाभ होता है। श्वेत प्रदर में-पत्तों को पीसकर दूध या मधु के साथ सेवन। सूजन पर-पत्तों को पीसकर इसका लेप लाभकारी।

(५२) कासमर्द
Cqssia occidentalis Linn

स्वरूप :- काष्ठीय क्षुप (३-४ फीट ऊँचा) दुर्गन्ध युक्त गहरे हरे संयुक्त पत्ते, पुष्प पीले, फली ४-५ इंच लंबी चपटी।

उपयोग :- चर्मरोग में-इसके बीज या छाल नींबू के रस में पीसकर लगाने से लाभ। श्वास रोग में-पत्तों का रस मधु के साथ सेवन करने से लाभ। इसके बीजों का प्रयोग (तवे पर सेंककर) इन बीजों को पीसकर इसके चूर्ण का प्रयोग कॉफी की तरह किया जा सकता है। कास तथा श्वास रोग़ एवं ज्वर में लाभ।

> लोग परिस्थिति की विदों से पूछते हैं कि क्या हम स्वच्छ और अच्छे जीवन के लिए पाषाण युग में चलें जाएँ? क्या विज्ञान तकनीकी तथा सामाजिक विकास को हम तिलांजलि दे दें? समाधान पीछे जानने में नहीं है, हमें पर्यावरण की रक्षा करनी है। स्वस्थ पर्यावरण ही विकास है, फिर वह जैसे भी हो।

(५३) चक्रमर्द
Cassiatora Linn

स्वरूप :- क्षुप २-३ फीट ऊँचा, संयुक्त पत्र पत्रिका ३ जोड़, दुर्गन्ध युक्त पुष्प पीले पत्र कोण में युग्म।

उपयोग :- बीजों को नींबू के रस में पीसकर इसको दाद, छाजन (खुजली) में लाभ श्वित्र कुष्ठ रोग में भी लाभ। बच्चों के दाँत निकलने के समय होने वाले ज्वर में पत्तों के क्वाथ का सेवन कराने से लाभ। फोड़ों पर-इसके पत्तों को पीसकर लेप करने से फोड़े ठीक हो जाते हैं।

(५४) अमलताश
Cassia fistula Linn

स्वरूप :- मध्यम कद का वृक्ष, पत्ते बड़े संयुक्त पत्रि ४-८ जोड़, पुष्प पीले स्वर्णिम फलियाँ लंबी नली आकार की।

उपयोग :- फल की गुद्दी सर्वश्रेष्ठ मृदुरेचक, इसका प्रयोग बालक, गर्भवती महिला के लिए तथा ज्वर अवस्था में अति लाभकारी। विबंध एवं अजीर्णता में-इसके फल की गुद्दी का सेवन लाभकरी। चेहरा पक्षाघात तथा आमवात-प्रभावित भागों पर इसके पत्तों के रस की मालिश से लाभ होता है।

वन देवियाँ- जो प्रत्यक्ष या अप्रत्यक्ष किसी भी रूप में वनस्पतियों को घात पहुँचाता है, उन पर वन देवियाँ क्रुद्ध हो जाती हैं और वनस्पतियों को छेड़ने वाले को छोड़ती नहीं हैं। वन देवियों की संख्या बारह मानी गयी है। वस्तुतः वन चेतना का मानवीकरण ही वन देवी का व्यावहारिक व्यक्तित्व है।

(५५) मकोय

Solanum nigrum Linn

स्वरूप :- क्षुप (२-३ फीट ऊँचा) हरा भरा, पत्ते लहरदार दंतुर या फलक वृत तक फैला, पुष्प छोटे सफेद, पत्र कोण से हटकर, फल गोल काले।

उपयोग :- चर्म रोगों पर (कुष्ठ, कण्डु, दाद, सोराइसि) पत्तों को पीसकर लेप करने से तथा कोमल पत्तों का शाक खिलाने से लाभ। जल शोथ-इसके पत्तों का स्वरस अधिक मात्रा में पिलाने से लाभ होता है। यकृत रोग में-इसके पत्तों का शाक खिलाने से शौच साफ होकर मूत्र अधिक होता है। सभी दोष निकल जाते हैं।

(५६) वृहती

Solanum indicum Linn

स्वरूप :- ३-६ फीट ऊँचा क्षुप शाखायें टेढ़ी, मृदुकोट तथा रोमयुक्त, पत्ते लहरदार कटे किनारी वाले, ऊपर तल खुरदरा निचला तल रोमश मैला सफेद। पुष्प बैंगनी या सफेद, फल गोल हरे, पकने पर पीले हो जाते हैं।

उपयोग :- खाँसी में-इसके फलों के क्वाथ में पिप्पली का चूर्ण मिलाकर सेवन से लाभ। अश्मरी में-इसके मूल का चूर्ण मीठे दही में मिलाकर सात दिन खाने से अश्मरी चूर-चूर होकर बाहर निकल जाती है।

(५७) पत्थर चूर

Bryophyllum calycinum Salib

स्वरूप :- उन्नत क्षुप, पत्ते गोल दंतुर किनारी वाले मांसल, पुष्प नलि आकार, रक्तवर्णी गोल दंतुर किनारों में पर्ण बीज उत्पन्न होते हैं।

उपयोग :- घाव, जख्म, कटे हुये हिस्से पर पत्तों को पीसकर सेकनें से घाव भर जाता है। रक्त प्रवाहिका में-इसके पत्तों के रस का सेवन। आँतों के अंदर पड़े छालों से बहता रक्त बन्द हो जाता है। नित्य १/४-१/२ तोला रस में थोड़ा घी मिलाकर सेवन करें।

(५८) सुदर्शन

Crinum asiaticum Linn

स्वरूप :- क्षुप पत्ते लंबे (३-४ फीट) भूमि से निकलते दिखते हैं। ३ इंच-४ इंच चौड़े पुष्प सफेद जो मोटे लंबे पुष्प ध्वज पर।

उपयोग :- कर्णशूल में-इसके पत्तों के रस को गरम कर, ठंडा होने के पश्चात् एक-दो बूँदें डालें। सूजन, बवासीर, फोड़े एवं संधिशोथ में-इसके पत्तों को गरम कर एरण्ड का तेल लगाकर इन पर बाँधने से लाभ होता है। कफ विकारों में-कंद का उपयोग (वामक द्रव्य के रूप में)।

(५९) कंचनार

Bauhinia variegata Linn

स्वरूप :- मध्यम कद का वृक्ष, पत्र द्विखंडी, पुष्प सुगंधित बड़े कद तथा गुलाबी-बैंगनी रंग के होते हैं।

उपयोग :- गण्डमाल में-इस की छाल का चूर्ण चावल की मांड में अदरख के रस के साथ पीसकर लेप करने से लाभ। मंदाग्नि में-इसके मूल के क्वाथ का सेवन करने से अग्नि प्रदीप्त होकर भूख बढ़ती है। रक्त दोष में- इसकी सूखी पुष्प कलियों का क्वाथ बनाकर सेवन से लाभ होता है।

(६०) सहदेवी

Vernonia cinerea Less

स्वरूप :- प्रसरणशील या सीधा क्षुप रोमश पत्ते कई तरह के दंतुर रोमश, पुष्प हल्के जामुनी रंग के मुंडक में।

उपयोग :- कृमि रोग में-इसके बीज का क्वाथ पिलाने से। अश्मरी में-इसके पत्तों के स्वरस में तुलसी पत्तों (४-५) का स्वरस मिलाकर पिलाने से अश्मरी टूटकर बाहर आ जाती है। विस्फोटक (गण्ड फोड़ा)- इसके पंचांग के कल्क का लेप करने से सभी प्रकार के गण्ड फोड़ों का नाश होता है।

> देखने में फूल खूब सुन्दर हो, पर उसमें सुगंध न हो तो उसका होना न होना बराबर है। उसी तरह जो आदमी बोलता तो बहुत मीठा है, पर जैसा बोलता है, वैसा करता नहीं, उसकी मीठी वाणी व्यर्थ है।
>
> -धम्मपद पुष्प वग्गो

(६१) तेजपात

Cinnamomum tamala, Ness & Eberm

स्वरूप :- मध्यम वृक्ष सुगंधित सदाहरित पत्ते चिकने चर्मवत विपरीत तीन शाखाओं से युक्त नये गुलाबी रंग के पुष्प पीत वर्णी होते हैं।

उपयोग :- मधुमेह, अग्निमांध-इसके पत्तों के क्काथ का सेवन लाभकारी। इसके पत्तों का फाँट-ऐसा लग रहा हो कि ज्वर आयेगा, इस फाँट को पिलाने से ज्वर नहीं आता।

(६२) कुन्दरू

(Coccinia indica) W & A

स्वरूप :- सुत्रारोही लता, काण्ड पंचधारी, पुष्प सफेद या गुलाबी होते हैं। पकने पर लाल २० सफेद धारियाँ होती हैं। फल मांसल कच्चे हरे।

उपयोग :- पत्तों का स्वरस मधुमेह में लाभकारी। जिव्हा पर छाले पड़ने में-इसके फल को चबाने से छाले ठीक हो जाते हैं। गर्भवती महिला को समय से पहले गर्भ चलन होने लगे, तो इसके काण्ड (जितने माह हुये हों) आवश्यकता अनुसार पर्ण वाला काण्ड (अँगूठे जितना मोटा) को शीतल जल में कूटकर १२५ मि. ली. रस तैयार हो जाये, इसमें ३ माशा पीसा जीरा, दो माशा मिश्री मिलाकर नित्य दो बार सेवन करें। (आर्तव व शुरू हुये दिन से चार दिन तक)।

(६३) सदाबहार

Catharanthes roseus (L) Vincarosea

स्वरूप :- छोटा क्षुप, पत्ते अभिमूखी, पुष्प सफेद या गुलाबी होते हैं।

उपयोग :- मधुमेह में-इसके पत्तों का चूर्ण बनाकर अल्प मात्रा में सेवन लाभकारी। हरस में-इसके पुष्पों के सेवन से लाभ। शरीर वेदना के समय-इसके कोमल पत्तों का मुरब्बा सेवन से लाभ। यह निद्रा कारक होता है। ततैया-मधुमक्खी दंश में-पत्तों का स्वरस का लेप करने से लाभ।

(६४) नीम

Azadirachta indica

स्वरूप :- ४०-५० फीट ऊँचा वृक्ष, पत्ते असम पक्षवत् संयुक्त पत्रक १३-१९, दंतुर नुकीले, पुष्प छोटे सफेद गुच्छों में, फल खिरनी जैसे पीले पकने पर।

उपयोग :- मलेरिया ज्वर में-इसकी छाल का चूर्ण लाभकारी। ज्वर के पश्चात् दौर्बल्य दूर करने के लिए इसके क्वाथ का प्रयोग लाभकारी। त्वचा विकारों में (व्रण, क्षत, कुष्ठ) पत्तों को जल में उबालकर इससे स्नान करना लाभकारी। विचर्चिका (व्हीपींग एक्जीमा) इसके पत्तों को पीसकर बाँधने से ठीक हो जाता है।

> यदि मनुष्य सीखना चाहे तो प्रत्येक भूल उसे बहुत बड़ी शिक्षा दे सकती है। -अरस्तु

(६५) बकायन

Melia azedarach Linn

स्वरूप :- मध्यम कद का वृक्ष, पत्ते त्रिपक्षवत पत्रक आरावत, दंतुर लंबाग्र पुष्प हल्के बैंगनी, पुंकेसर गहरे बैंगनी रंग की नलिका में, फल गोल कच्चे हरे।

उपयोग :- स्नायुविक शिर:शूल तथा प्रसूता में गर्भाशय पीड़ा कम करने के लिए इसके पत्ते एवं पुष्पों का लेप सिर पर तथा पेड़ू पर करते हैं। रक्त विकार में (गंडमाला-त्वचा के विकार में)-इसकी छाल या पत्र स्वरस को देते हैं। अपस्मार में-पत्तों का क्वाथ पिलाने से लाभ।

(६६) अपराजिता

Clitorcu ternatea Linn

स्वरूप :- आरोहनशील लता, पत्ते पक्षवत संयुक्त, पुष्प चमकदार नीलवर्णी या सफेद, फली चपटी।

उपयोग :- अर्धाव भेदक (आधा सीसी)-सफेद अपराजिता के मूल को घिसकर सूँघने से लाभ। श्वित्र रोग-इसकी मूल जल में घिसकर लेप करने से एक माह में ठीक हो जाता है। यकृत-प्लीहा तथा जलोदर रोग में-इसके बीज का चूर्ण (तीन मासा) गुनगुने जल के साथ सेवन लाभकारी।

> सौभाग्य उन्हीं को प्राप्त होता है, जो अपने कर्त्तव्य पथ पर अविचल रहते हैं। -वंदनीया माता जी

(६७) रक्त एरण्ड

Jatropha gossypifolia

स्वरूप :- झाड़ीनुमा गुल्म, पत्ते ३ से ५ खंडों में, विरक्त, पुष्प रक्तवर्णी श्लेष्मोत्पादक ग्रंथि रोम से आच्छादित, इसी कारण पौधा चिपचिपा लगता है।

उपयोग :- अतिसार उदर शूल में-इसकी ताजी जड़ (३-५से. मी.) सात दाने काली मिर्च एवं थोड़ी हींग, इन सबको पीसकर, इनका रस मट्ठे के साथ पिलाने से लाभ । मसूड़ों में रक्त स्राव-पत्तों के क्वाथ से कुल्ला या इसकी टहनी की दातून लाभकरी। व्रण रोपण के लिए-इसका दुग्ध व्रण पर लगाने से कोलोडियन की तरह पतला रक्षण स्तर बन जाता है। इससे रक्त स्राव रुक जाता है।

(६८) रतन ज्योति-जंगली एरण्ड

Jatropha Curcas Linn

स्वरूप :- चिकना छोटा वृक्ष (१०-१२ फीट) पुष्प पीतवर्णी, पत्ते पंचखंडी सफेद दुग्ध रस होता है।

उपयोग :- जीर्ण आमवात एवं चर्मरोगों में-इसके बीजों का तेल बाह्य प्रयोग करने से लाभ। मसूड़ों में रक्त स्राव हो तो-इसकी टहनी का रस निकालकर उसकी मालिश मसूड़ों पर करने से लाभ होता है। (दो से तीन बार)। भगंदर एवं व्रण पर- इसके बीजों का तेल रुई से लगाने से लाभ होता है।

(६९) चाँदनी

Ervatamia Coronaria (Jaca) syn.

स्वरूप :- अति द्विविभा जित गुल्म, दुग्ध रसवाला, पत्ते चिकने विपरीत, नोकदार गहरे हरे रंग के, पुष्प दूध जैसे सफेद।

उपयोग :- कृमि रोग में-इसके मूल को जल में घिसकर इस जल का सेवन करने से कृमियों का नाश होता है। घाव में-इसके विभिन्न अंगों से निकलने वाला दुग्ध रस जख्म पर लगाने से जख्म भर जाता है तथा यह पकता नहीं है। नेत्र शोथ में-इसके पुष्पों के रस को तेल में मिलाकर नेत्रांजन करने से लाभ।

(७०) पितौजिया (पुत्रवंती)

Putragiva roxburghii Wall

स्वरूप :- सदाहरित, आकर्षक वृक्ष, शाखायें लटकी हुईं, पत्ते चमकदार, लहरदार पुष्प, नर पुष्प पीले, स्त्री पुष्प हरे रंग के।

उपयोग :- नेत्र शोथ में-पत्तों का क्वाथ या पत्तों के रस से नेत्रों को धोने से लाभ होता है। ज्वर तथा जुकाम में-इसके पत्रों तथा फल का क्वाथ पिलाने से लाभ होता है। (संतान होते ही मन जाने पर) इसके फल की गुठलियों की माला बनाकर महिला (गर्भवती) को गले में पहनाने से लाभ।

> धरती पर स्वर्ग अवतरित करने का आरंभ सफाई और स्वच्छता से करें। —परम पूज्य गुरुदेव

(७१) काका तुण्डी

Asclepias Curassavica Linn

स्वरूप :- छोटा क्षुप, दुग्ध रसयुक्त, पीले नारंगी पुष्प, पत्ते विपरीत भालाकार, नोंकदार, फली हरी, बीज रुईदार।

उपयोग :- कफ विकारों में-इसके पत्तों का चूर्ण (अल्प मात्रा में) सेवन से कफ पतला होकर बाहर निकल जाता है। रक्त स्राव में-इसके पत्तों एवं पुष्पों का लेप करने से लाभ।

(७२) बाकुची

Psoralea Corylifolia Linn

स्वरूप :- १-४ फीट ऊँचा क्षुप, पत्ते गोलाकार लहरदार चिकने दंतुर काले धब्बे वाले, पुष्प नीले बैंगनी फली गोल काली एक बीज वाली।

उपयोग :- श्वित्र रोग में-इसके बीज का चूर्ण खदिर तथा आँवले के क्वाथ के साथ सेवन से लाभ। कुष्ठ रोग में-इसके बीज तथा तिल (काले) समभाग मिलाकर चूर्ण बनाकर एक साल तक सेवन से लाभ।

(७३) वटवृक्ष

Ficus bengalensis Linn

स्वरूप:- बड़ा वृक्ष, फैला हुआ, शाखायें झुकी हुई, पत्ते चौड़े खुरदरे, वट जटा (स्तंभ मूल) फल शाखाओं पर हरे गोल, पकने पर लाल हो जाते हैं।

उपयोग :- मधुमेह तथा प्रमेह-इसकी छाल का क्वाथ पीने से लाभ। खाज-खुजली में- इसके पके हुये पत्तों को जलाकर इसकी राख में तिल का तेल मिलाकर लगाने से लाभ। चेहरे पर चर्म कीलों के लिए-इसके दुग्ध क्षीर में हल्दी का चूर्ण मिलाकर लगाने से चेहरे पर चर्म कीलों से हुये दाग मिट जाते हैं। दौर्बल्य में-इसके दुग्ध क्षीर में मधु या घी मिलाकर प्रातः सेवन से शक्तिवान् बनता है।

(७४) गूलर

Ficus glomerata Roxb. Syn. F. racemosa

स्वरूप :- बड़ा वृक्ष, पत्ते गहरे हरे रंग के चमकदार चिकने फल मांसल गोल पुरानी शाखाओं से सटे हुये गुच्छों में।

उपयोग :- रक्तपीत में-पके फलों का सेवन मधु या गुड़ के साथ। अश्मरी में-इसकी जड़ों का स्वरस पाँच तोला में मिश्री मिलाकर सेवन करें, लाभकारी होगा। श्वित्र रोग में-इसके ताजे फलों का स्वरस पुराना गुड़ मिलाकर सेवन से लाभ। गर्भपात रोकने के लिए-इसके फलों के क्वाथ में मिश्री मिलाकर सेवन कराने से लाभ होता है।

(७५) अंजीर

Ficus carica Linn

स्वरूप :- मध्यम वृक्ष, पत्ते बड़े हृदयाकृत, दंतुर, अति खंडित खुरदरे, फल गोल, मांसल, हरे, पकने पर बैंगनी रंग के।

उपयोग :- धातु वृद्धि एवं रक्त वृद्धि के लिए-फल के टुकड़े तथा बादाम को गरम जल में भिगो दें। कुछ समय बाद छिलके निकाल कर इसमें मिश्री, इलायची, केसर, पिस्ता सम मात्रा में लेकर गाय के घी में भिगो दें (आठ दिन तक)। इन सबको पीसकर नित्य प्रातः दो तोला सेवन करें, लाभ होगा।

(७६) पीपल
Ficus religiosa Linn

स्वरूप :- बड़ा वृक्ष फैला हुआ, पत्ते हृदयाकृत लंबाग्र, पत्रवृंत लंबा, फल गोल, मांसल, उदुम्बर प्रकार के।

उपयोग :- बच्चों के तुतलाने पर-इसके पके फलों का सेवन। बच्चों के मुखव्रण में-ताजे पत्र एवं छाल को महीन पीसकर एवं मुध मिलाकर छालों पर लगाने से लाभ। स्मरण शक्ति बढ़ाने के लिए ४-६ ताजे पत्तों को ५०० मि. ली. दूध में उबालकर पर्याप्त मात्रा में मिश्री मिलाकर नित्य सेवन करने से लाभ होता है।

(७७) कृत्रिम अशोक
Polyalthia longifqlia Benth & Hook

स्वरूप :- सीधा वृक्ष, शाखायें खुली हुईं, पत्ते पतली टहनियों पर, मालाकार, लहरदार, चमकीले, पुष्प हरे-पीले, फल जामुन के समान गोल (नीले कच्चे लाल पके)।

उपयोग :- इसकी छाल का क्वाथ बनाकर पीने से ज्वर नाश होता है। इसकी छाल का प्रयोग असली अशोक की छाल के स्थान पर कहीं-कहीं किया जाता है।

(७८) दुर्वाघास

Cynodon dactylon Linn

स्वरूप :- तृण भूप्रसरी डण्डियाँ पतली-पतली, अन्तवाली शाखाओं पर फूल आते हैं, पत्ते पतले रेखाकार होते हैं।

उपयोग :- आर्तव दोष में-इसके पंचांग के स्वरस में अनार की पुष्प फलियों का स्वरस मिलाकर सात दिन तक सेवन से लाभ। खाज-खुजली में- इसके पंचांग के स्वरस में चावल पीसकर इसका लेप लाभकारी। हिचकी में- इसके मूल का स्वरस एक माशा। इसमें एक तोला मधु मिलाकर सेवन। नासिका रक्त स्त्राव में-इसके पंचाग का स्वरस १-२ बूँदें नाक में डालने से रक्त स्त्राव बंद हो जाता है तथा सूखकर सिकुड़ जाता है।

(७९) हरड़

Terminalia chebula Retz

स्वरूप :- मध्यम वृक्ष, भूरी छाल, पत्ते नोंकदार, हल्के हरे चमकदार खुरदरे, वृंत दंड के अग्रभाग पर दो ग्रंथियाँ, पुष्प छोटे मंजरियों में सफेद-पीले, फल गोल।

उपयोग :- मुखगत व्रण तथा दंतशूल में-इसके फल का चूर्ण का लेप तथा मंजन करने से लाभ। उदर रोगों से मुक्ति के लिए-हरड़ का चूर्ण नित्य सेवन करने से लाभ। संधि शोथ में-हरड़ को एरण्ड के तेल में तलकर-पीसकर चूर्ण बना लें। इसके सेवन से लाभ होता है।

(८०) आम्र
Mongifera indica Linn

स्वरूप :- बड़े वृक्ष, पत्ते हरे, लहरदार, नोंकदार, तोड़ने पर चिकना, पुष्प सफेद व पीले, छोटे-छोटे मंजरियों में होते हैं। फल लंबे हरे, गोल, पीले एवं लाल।

उपयोग :- रक्तार्श एवं अत्यार्तव में-इसकी मज्जा का चूर्ण १०-१५ रत्ती जल के साथ सेवन। अतिसार प्रवाहिका में-इसकी गुठली के अंदर बीज दलों का चूर्ण लाभकारी। लू लगने पर-इसके कच्चे फलों का शर्बत पीना चाहिए।

(८१) मीठा इन्द्रयव
Wrightia tinctoria R. Br. Syn.

स्वरूप :- लघु वृक्ष, छाल चिकनी, पत्ते कुटज से छोटे विपरीत पुष्प सफेद फलियाँ दो-दो एक साथ अग्र पर जुड़ी हुईं (परस्पर)।

उपयोग :- कमला (पीलिया)में-इसके पत्तों का स्वरस १/२ चम्मच सेवन। सड़े हुये दांतों तथा दंतशूल में-इसके पत्तों को पीसकर दाँतों के गड्ढे में रखने से लाभ। कुष्ठ रोग में-इसके पत्र तथा छाल को महीन पीसकर लेप करने से लाभ।

> इस विश्व वाटिका में एक से बढ़कर एक सुगंधित और सुन्दर फूल खिलते रहते हैं, काँटे तो यहाँ मात्र अपने भ्रम-जंजालों और दुष्कर्मों के ही हैं। - पूज्य गुरेदव

(८२) नारंगी

Citrus reticulata

स्वरूप :- छोटा वृक्ष पत्ते चिकने, पर्ण वृंत, पक्ष विहीन, पुष्प सफेद, सुगंधित, फल गोल, पकने पर नारंगी रंग के।

उपयोग :- यह ज्वर तथा वातघ्न गुणवाला है। फल के छिलके का प्रयोग त्वचा पर होने वाले धब्बों को मिटाने के लिये किया जाता है। इसके फलों में विटामिन सी होता है। इसके सेवन से हृदय को बल मिलता है तथा रक्त की वृद्धि होती है। मानसिक दुर्बलता में-इसके फल का स्वरस लाभकारी है।

(८३) मोगरा

Jasminum sambac Ait

स्वरूप :- झाड़ीनुमा गुल्म शाखायें रोमश, पत्र विपरीत, पतले चिकने ४-६ जोड़े, स्पष्ट शिरायें, सफेद सुंगधित पुष्प होते हैं।

उपयोग :- रक्त प्रवाहिका में-इसके ३-४ पत्तों को जल में पीस-छानकर इसमें मिश्री मिलाकर (नित्य २ से ३ बार)। पुराने व्रण में-इसकी सूखी पत्तियों को पीसकर इसका चूर्ण व्रण पर लगाने से लाभ।

वृक्ष तो सज्जनों जैसे परोपकारी रहते हैं। स्वयं धूप में खड़े रहते हुए भी वे दूसरों को छाया देते हैं। उनके फल भी दूसरों के उपयोग के लिये होते हैं। -विक्रम चरित्तम

(८४) पीला कनेर
Thevetia neriifolia Juss

स्वरूप :- सदाहरित गुल्म, दुग्ध रसयुक्त, पत्ते नुकीले, चमकीले, रेखाकार, पुष्प पीले, घण्टाकार, फल गोल हरे।

उपयोग :- गण्ड में-इसके मूल का लेप लाभकारी। मलेरिया ज्वर में-छाल का चूर्ण आधा रत्ती जल के साथ सेवन से लाभ।

(८५) बैंगुन
Solanum melongena Linn

स्वरूप :- क्षुप २-३ फीट ऊँचा, पत्ते बृहती जैसे बड़े होते हैं, पुष्प बैंगनी रंग के, फल गोल हरे-लंबे या बैंगनी रंग के।

उपयोग :- श्वास रोग एवं श्वसन शोथ में-इसके पत्र तथा मूल का प्रयोग क्वाथ या चूर्ण के रूप में लाभकारी। ज्वर में-इसके फल का शाक खाना लाभकारी। अर्श में-छोटे सफेद बैंगन का शाक लाभकारी, किंतु काले-बड़े बैंगन का शाक अर्श रोग में वर्जित है।

(८६) विधारा
Argyreia speciosa (Sweetsyn)

स्वरूप :- बड़ी काष्ठीय लता, रोमश हृदयाकृति, ऊपरी सतह चिकनी, निचली सतह रोमश, पुष्प सफेद, भीतर से जामुनी-गुलाबी रंग के।

उपयोग :- आमवात एवं वातविकारों में- इसके मूल का चूर्ण (२-३ माशा) सेवन से दस्त साफ होकर इन रोगों में लाभ होता है। इसके पत्रों को गर्म कर संधि शोथ स्थान पर बाँधने से लाभ। श्वेत प्रदर में-इसके पंचांग का चूर्ण तथा अश्वगंधा का चूर्ण (समभाग) तीन माशा दूध के साथ सेवन से लाभ। गण्ड पर-पत्र की रोमश सतह वाला हिस्सा बाँधने से गण्ड ठीक होता है, किंतु गण्ड को पकाने के लिए चिकनी सतह वाला हिस्सा बाँधना चाहिए।

(८७) पिप्पली

Piper longum Linn

स्वरूप :- लता शाखायें जड़ से निकलकर जमीन पर फैलती हैं, पत्ते गोलाकार कोमल पान के पत्तों जैसे, पुष्प गुच्छ काले, हरे, जिसमें अत्यंत छोटे फल लगते हैं।

उपयोग :- इसके फल का चूर्ण मधु के साथ सेवन करने से जीर्णकाश, श्वास रोग एवं स्वर भंग में लाभ। प्रसूति ज्वर में-(गर्भाशय शुद्धि) इसके फल का चूर्ण मधु के साथ सेवन से लाभ।

(८८) पहाड़ी पिप्पली

Piper sylvaticum Roxb.

स्वरूप :- लता फैली हुई, आपस में लिपटी हुई, पत्ते गोल, पीपल के पत्तों से थोड़े बड़े, लेकिन पान के पत्तों जैसे होते हैं, पुष्प गुच्छ थोड़े छोटे एवं गोल, इसमें छोटे-छोटे फल आते हैं।

उपयोग :- जीर्ण ज्वर में-इसके फलों का चूर्ण मधु के साथ सेवन से लाभ। गृध्रसी तथा कटिशूल में-इसके फलों एवं सोंठ से सिद्ध किये तेल की मालिश से लाभ।

(८९) अतिबला

Abutilon indicum Linn

स्वरूप :- गुल्म (१-२ मीटर) रोमश पत्ते हृदयाकार दंतूर लंबा पत्र वृंत, पुष्प पीतवर्णी, फल गोल कंघी जैसे होते हैं।

उपयोग :- दंतशूल तथा ढीले मसूढ़ों में-पत्रों का क्वाथ बनाकर कुल्ला कराने से लाभ। बलवृद्धि तथा आयु बढ़ाने के लिये-इसके मूल के रस का दूध, घी या मधु के साथ प्रातः खाली पेट सेवन करने से लाभ। मूत्र कृच्छ में-इसके कांड की छाल या क्वाथ सेवन से लाभ। प्रमेह में-इसके बीज के क्वाथ का सेवन लाभकारी।

(९०) चमेली

Jasminum grandiflorum Linn

स्वरूप :- फैलने वाली आरोही लता, शाखायें धारदार, पत्ते संयुक्त, पत्रक ७-११, अग्र पत्रक बड़ा, पुष्प सुगंधित, सफेद, बाहर की सतह (पंखुड़ियों की) गुलाबी या बैंगनी छींटेवाली।

उपयोग :- मुखगत रोगों में-पत्रों को चबाने से लाभ। कर्ण रोग में-पत्तों को तेल में गर्मकर या पत्तों का स्वरस गाय के मूत्र में मिलाकर गरम कर, छानकर कान में एक से दो बूँद डालने से लाभ।

(११) हरसिंगार
Nyctanthes arbor-tristis Linn

स्वरूप :- छोटा वृक्ष, पत्ते खुरदरे, दंतुर, नुकीले, पुष्प सुगंधित, पुष्प डंडी केशरी रंग की।

उपयोग :- गृध्रसी में-इसके पत्तों का क्वाथ (मंद आँच पर बनाया हुआ) सेवन से लाभ होता है। मलेरिया ज्वर में-७-८ कोमल पत्तों के स्वरस में अदरख स्वरस एवं मधु मिलाकर सेवन से लाभ। खाँसी तथा श्वास रोग में-इसकी छाल का चूर्ण (१-२ रत्ती) पान में रखकर नित्य ३-४ बार खाने से लाभ। कृमि रोग (बच्चों में)-पत्तों के स्वरस में चीनी मिलाकर सेवन से कृमि बाहर आ जाते हैं।

(१२) अडूसा
Adhatoda vasica Nees

स्वरूप :- सदाहरित गुल्म, पत्र अभिमुखी, नोंकदार, पुष्प सफेद मंजरी में हरे निपत्र होते हैं।

उपयोग :- श्वसनी शोथ एवं कफ विकारों में-इसके पत्रों का स्वरस, अदरख का स्वरस एवं मधु मिलाकर सेवन से लाभ। रक्तपित में-इसके पत्तों एवं पुष्पों के स्वरस में मधु मिलाकर सेबन से लाभ। मलेरिया ज्वर में-इसके पत्तों का चूर्ण मधु के साथ सेवन से लाभ। यक्ष्मा-(खाँसी के साथ कफ)-इसके १०-२० ताजे पत्तों का स्वरस प्रातः एवं सायं नित्य सेवन से लाभ। जुकाम में-इसके पत्तों के स्वरस में (दो चम्मच) एक चम्मच तुलसी के पत्तों का स्वरस मिलाकर तथा एक चम्मच मधु मिलाकर सेवन।

(१३) थूहर

Euphorbia neriifolia Linn

स्वरूप :- अतिशाखीत गुल्म, कंटकी मांसल शाखायें, शाखाओं के अंत में पत्र झुमको में, पुष्प छोटे-छोटे हरे।

उपयोग :- श्वास रोग में-पत्रों का स्वरस या कांड के स्वरस में मधु मिलाकर सेवन से लाभ। फोड़े-फुन्सियों में-इसके दुग्ध का लेप करने से लाभ होता है। पैरों की एड़ियाँ फटने पर इसके दुग्ध रस (४ तोला) में तिलका तेल तथा सेंधा नमक मिलाकर फटे हुये हिस्सों में भरने से ठीक हो जाता है।

(१४) पाठा

Cissampelos pareira Linn

स्वरूप :- काष्ठीय लता, कांड खाचयुक्त, रोमश पत्ते गोल छत्राकार, हृदयाकृत, पुष्प छोटे-सफेद हरे।

उपयोग :- अश्मरी, मूत्रकृच्छ, रक्तमूत्र में-इसके मूल के फांट के सेवन से लाभ। मलेरिया ज्वर में-इसके मूल का क्काथ इसमें काली मिर्च का चूर्ण मिलाकर सेवन। मूत्राश्मरी में-इसके मूल के क्वाथ में गोक्षुरू का क्काथ मिलाकर (समभाग) सेवन से लाभ। शीत मेह में-इसके मूल एवं गोक्षुरू के क्काथ का सेवन लाभकारी।

> आप दुनिया में सबसे महान् पुरुष हैं। एक ही दुर्गुण उसे ढके हुए है, वह दुर्गुण है-सद्‌गुणों को व्यवहार में न लाना।

(९५) पीत वासा

Barleria prionitis Linn

स्वरूप :- क्षुप, शाखित, काँटेदार, पुष्प पीले रंग के।

उपयोग :- खाँसी कफयुक्त में-इसके पत्रों के स्वरस में मधु मिलाकर सेवन से लाभ। चर्म रोगों में (दाद, खाज, खुजली, कुष्ठ)-इसके पंचांग को पीसकर इस कल्क में थोड़ा तेल मिलाकर मंद आँच पर गर्म कर उतारकर इसको अच्छी तरह घोटकर इसमें कपूर मिला दें, इसके प्रयोग से लाभ। दंतशूल में-इसके तथा अकरकरा के पत्रों को पीसकर इसका कल्क दाढ़ के नीचे रखने से लाभ।

(९६) काला वासा

Justicia gendarusa

स्वरूप :- काँटे दार क्षुप, पत्ते विपरीत, मध्य शिरा पीली, गहरे हरे, पुष्प सफेद-बैंगनी छींटे वाली।

उपयोग :- कफ विकारों में-इसके २-४ पत्ते एवं अपामार्ग की राख (१/८ तोला) तथा एक तोला मधु मिलाकर सेवन लाभकारी। न्युमोनिया ज्वर में-इसके चार पत्तों का रस, सहजन की छाल का रस तथा समुद्र नमक मिलाकर मधु के साथ सेवन से लाभ। आमवात में-इसके पत्तों के क्वाथ से सेंक करने से लाभ।

अपराधी अपने अलावा सभी को दोषी ठहराता है। -सिसरो

(१७) गेंदा

Tagetes erecta Linn

स्वरूप :- उद्यानों का छोटा क्षुप, पत्ते पतले-लंबे कटे हुये, दंतुर, पुष्प विविध रंगी, पीले मुंडक में।

उपयोग :- पुष्पों का रस रक्तार्श में, पत्तों का रस शोथ (सूजन) पर। कर्णशूल-पुष्प के रस का प्रयोग नेत्र विकार तथा बाह्योपचार व्रण में किया जाता है।

(१८) चित्रक

Plumbaglo zeylanica Linn

स्वरूप :-क्षुप ३-५ फीट ऊँचा बारहमास, कांड पर धारियाँ, पत्ते विपरीत, नोंकदार, अंडाकार, चिकने, कोमल, पुष्प सफेद चमकीले, पुष्पों जैसे फल, लंबे चिपचिपे, स्पर्श से लसीले जान पड़ते हैं।

उपयोग :- चित्रक मूल का चूर्ण अल्पमात्रा में उदर की श्लैष्मिक कला को उत्तेजित कर पाचक रसों के स्राव में वृद्धि कर भूख को बढ़ाता है। पाचन क्रिया शीघ्र होती है। अर्श में-इसके मूल का चूर्ण दही में मिलाकर सेवन से लाभ। यकृत वृद्धि एवं प्लीहा वृद्धि रोग में-इसके मूल के क्षार को मठ्ठे में मिलाकर सेवन से लाभ।

> मानव अपने अनुभव तथा वैज्ञानिक अनुसंधान द्वारा प्रकृति के सभी नियमों को जान सकता है। -अज्ञात

(९९) पलाश

Butea monosperma Linn

स्वरूप :- छोटा वृक्ष, पत्ते खुरदरे, त्रिपत्री, पुष्प चमकीले लाल होते हैं।

उपयोग :- चर्मरोगों में (कुष्ठ, दद्रु, कण्डु)-इसके बीजों को नींबू के रस में पीसकर लेप करने से लाभ। अतिसार में-इसके बीज के क्काथ में बकरी का दूध मिलाकर नित्य तीन बार सेवन से लाभ। आमवात में-इसके बीजों को महीन पीसकर (मधु के साथ) शूलयुक्त भाग पर इसका लेप करें। व्रण रोपण के लिये-इसके गोंद के सूक्ष्म चूर्ण का प्रयोग व्रण पर करने से शीघ्र व्रण रोपण होता है।

(१००) अर्जुन

Terminalia arjuna Bedd

स्वरूप :- ऊँचा वृक्ष पत्ते विपरीत खुरदरे छाल चिकनी गुलाबी-धूसर सफेद, पुष्प पीले एवं छोटे होते हैं।

उपयोग :- इसकी छाल हृदयोत्तेजक एवं हृदयबल्य औषधि है। हृदय रोगों एवं रक्तचाप नियंत्रण के लिये-इसकी छाल आधा पिसा हुआ २० ग्राम चूर्ण इसमें ५०० मि. ली. जल मिलाकर मंद आँच पर खुला रखकर उबाल लें १५० मि. ली. बाकी रहे तब इसे छानकर इसमें मधु मिलाकर सेवन करें।

(१०१) अनार

Punica granatum Linn

स्वरूप :- झाड़ीनुमा छोटा वृक्ष, शाखायें चतुष्कोणी, अग्र से काँटेदार पत्ते विपरीत चिकने आधार की तरफ छोटे वृंतयुक्त पुष्प गहरे लाल, फल गोल, छिलका मोटा अंदर सफेद, लाल-गुलाबी नोकदार दाने।

उपयोग :- स्फीत कृमि में-इसके फल की १०० ग्राम छाल को २५० मि. ली. जल में उबालें (१० मि. ली. जल शेष रहे) इसको छानकर प्रत्येक आधे घण्टे के बाद दिन में चार बार सेवन करायें (खाली पेट) बाद में एरण्ड का तेल पिलाने से कृमि बाहर निकलते हैं। अजीर्णता में-इसके पके फल के बीज का स्वरस पिलाने से लाभ। नासिका रक्त स्राव में-पुष्पों के स्वरस की दो बूँदे नाक में डालने से रक्त स्राव बंद हो जाता है।

(१०२) भारंगी

Clerodendron serratum (Spreng)

स्वरूप :- छोटा गुल्म ४-८ फीट ऊँचा, प्रत्येक पर्ण पर तीन पत्र, किनार दंतुर, पुष्प सफेद

उपयोग :- श्वास रोग में-इसके पत्रों तथा सुण्ठी का क्वाथ या इसके मूल एवं सुण्ठी के क्वाथ में मिश्री मिलाकर सेवन गुणकारी है। हरपिसप (रिसर्प) एवं फोड़ा पर-इसकी कोमल पत्रों सहित टहनियों के रस को लगाने से लाभ। मलेरिया ज्वर में-इसके कोमल पत्रों का शाक बनाकर खिलाने से लाभ। कर्णशूल में-इसके मूल को जल में घिसकर एक बूँद कान में डालने से लाभ।

(१०३) खदिर

Acacia catechu

स्वरूप :- मध्यम कद का कंटकीय वृक्ष, पर्णवृंत के नीचे एक जोड़ी काँटे, पत्ते संयुक्त, पुष्प श्वेत या हल्के पीले जो मंजरियों में होते हैं।

उपयोग :- चर्म रोगों में-इसके पंचांग का क्काथ बनाकर प्रतिदिन प्रातः-सायं दो-दो चम्मच सेवन करना चाहिए। अतिसार में-छाछ के साथपाँच ग्राम कत्था चूर्ण घोलकर पिलाने से इसमें बहुत ही लाभ होता है। रक्त पित्त में-खदिर के पुष्पों का चूर्ण एक-एक चम्मच में मधु मिलाकर प्रातः-सायं सेवन करना चाहिए।

(१०४) करंज

Pongamia pinnata Pierre. Sun. Pglabra

स्वरूप :- सदाहरति मध्यम वृक्ष,शाखायें लटकी हुईं, पत्ते पक्षवत्, पत्रक चमकीले हरे, चिकने, वृंत मोटा, पुष्प सफेद।

उपयोग :- चर्म रोग में- (खुजली, दद्रु, परिसर्प) इसके बीजों का तेल लगाने से लाभ। (नींबू का रस एवं तेल की सम मात्रा)। कुक्कास (Hooping cough) एवं अन्य खाँसी में-इसके बीज को जल में घिसकर सेवन से लाभ। दुर्गन्ध युक्त व्रण में-इसके मूल का स्वरस लाभकारी। मधुमेह में-इसके पुष्पों का फांट पिलाने से लाभ।

> अपने निकृष्ट चिंतन को उत्कृष्ट में परिणत करने के शौर्य-साहस का नाम ही आत्मबल है। -पूज्य गुरुदेव

(१०५) अकरकरा

Anacyclus pyrethrum D. C.

स्वरूप :- छोटे झुके क्षुप, द्विपक्षवत संयुक्त, पुष्प पीले मुंडक में होते हैं।

उपयोग :- अपस्मार में-इसका चूर्ण मधु के साथ सेवन करने से लाभ। दंतशूल में-इसके पंचांग का चूर्ण तथा इतना ही कंटसरैया के पंचांग का चूर्ण मिलाकर इसको दाढ़ एवं दाँतों के बीच में रखने से लाभ। इसके मूल का प्रयोग टूथपेस्ट दंत मंजन में। जुकाम में-इसके पंचांग केचूर्ण का नस्य लेने से लाभ।

(१०६) हड़जोड़

Cissus quadrangularis Linn.

स्वरूप :- सूत्रारोही लता, कांड चतुष्कोणी, स्पष्ट पर्ण, आंतर पर्ण, सूत्र पत्र विपरीत, पत्ते मोटे दंतुरीत, पुष्प सफेद हरे।

उपयोग :- अस्थि भग्र-इसके काण्ड तथा मूल घोंटकर कल्क बनाकर टूटी हुई हड्डी पर (प्लास्टर जैसा हो जाता है) तीन से चार बार लेप करने से हड्डी जुड़ जाती है। इसके अतिरिक्त हड़जोड़ के स्वरस में घी मिलाकर गर्म कर सेवन करने से भी हड्डी के जुड़ने की संभावानाएँ बढ़ जाती हैं।

जिस घर में तुलसी उगी रहती है, वहाँ यमदूत भी नहीं जा सकते, मामूली राक्षसों की बात ही क्या है।

-गरुड़ पुराण

(१०७) सारिवा

Hemidesmus indicus (R. Br.)

स्वरूप :- फैलने वाली पतली लता, कांड गोल, चिकना सूक्ष्म धारियोंयुक्त पर्ण मोटी, पत्र विपरीत दूर-दूर रेखाकार छोटे वृन्त वाले गहरे हरे, सफेद धब्बे युक्त, पुष्प छोटे हरे, भीतर से बैंगनी रंग के।

उपयोग :- वातरोग में-सारिवा मूल एवं अडूसा पत्र का चूर्ण दूध के साथ सेवन से लाभ। अश्मरी में-मूत्रकृच्छ-इसके मूल का चूर्ण गाय के दूध के साथ सेवन से लाभ। श्वास रोग में-सारिवा मूल के क्वाथ से सिद्ध घी का सेवन गुणकारी होता है।

(१०८) केला

Musa paradisiaca

स्वरूप :- वृक्ष, कंद भौमिक, पत्ते लंबे मुलायम, फटे हुये, पर्णवृंत एक-दूसरे से लिपटकर कूट कांड बनता है। पुष्प ध्वज पर गुच्छे में पुष्प होते हैं। फल मांसल हरे, पीले (पकने पर)।

उपयोग :- फल के सेवन से रक्त की मात्रा बढ़ती है। आंत्र क्रिया वेगवान् बनती है, रक्त की अम्लता कम होती है। मधुमेह में-कच्चे केले का सेवन या इसके पुष्पों के स्वरस का सेवन लाभकारी। अत्यार्तव-पुष्पों का स्वरस दही के साथ सेवन।

(१०९) हल्दी

Curcuma domestica

Val Syn. C. longa Linn.

स्वरूप :- २-३ फीट ऊँचा क्षुप, कांड भौमिक, मांसल, अंदर से पीला, नारंगी, पत्ते केले के समान, पुष्प पीतवर्णी।

उपयोग :- खाँसी-जुकाम में-गुनगुने दूध में हल्दी मिलाकर सेवन से लाभ। जीर्ण कमला में-चार तोला दही में एक तोला हल्दी का चूर्ण मिलाकर सेवन से लाभ। जुकाम में-रात को सोने से पूर्व हल्दी के धुयें को सूँघने से लाभ (कुछ समय तक जल न पीयें)। प्रमेह तथा मधुमेह में-हल्दी के चूर्ण में आँवलें का चूर्ण (समभाग) मिलाकर नित्य भोजन पश्चात् जल के साथ सेवन करें। खाज, खुजली, दाद में-हल्दी के चूर्ण को मक्खन में मिलाकर रोग ग्रस्त भाग पर लगायें।

(११०) काली हल्दी

Curcuma caesia

स्वरूप :- छोटा क्षुप, भौमिक कांड, काला चक्राकार कंडोयुक्त, अंदर से धूसर नील वर्ण, गंध कर्पूर के समान।

उपयोग :- सौंदर्य प्रसाधनों में इसका अधिक उपयोग किया जाता है। इसका उबटन बनाकर लगाने से अच्छी तरह पसीना बह जाता है। खाँसी, जुकाम तथा अन्य रोगों में भी इसका प्रयोग सामान्य हल्दी की तरह किया जाता है।

(१११) बाँस (बंशलोचन)

Bombusa arundinacia Willd

स्वरूप :- ऊँचा ५०-६० फीट, तना झाड़ीनुमा, कांड पीतवर्णी, पत्ते लंबे, पुष्प छोटे सफेद होते हैं।

उपयोग :- जोड़ों के दर्द (संधि शोथ) में-इसकी गाँठों को पीसकर लेप करने से लाभ। घाव तथा व्रण में-इसके पर्ण (संधि) का मृदुभाग चूने में मिलाकर लगाने से लाभ। इसके पर्ण के मृदुभाग के सेवन से क्षय, श्वास रोग एवं कुष्ठ रोग में लाभ।

(११२) मालकांगनी

Celastrus paniculatus Willd

स्वरूप :- काष्ठीय लता, शाखाओं पर सफेद धब्बे, पत्ते विषम वर्ती गोल, चिकने चर्मवत, नुकीले पुष्प पीले।

उपयोग :- बेरी-बेरी रोग में-इसके बीजों से निकाले हुये तेल की ५-१० बूँदें बतासे में डालकर सेवन से लाभ। इसके अतिरिक्त मलेरिया तथा आमवात में भी लाभ। पक्षाघात में-इसके तेल की मालिश लाभकारी। जलोदर में-इसके तेल का बताशे में सेवन से लाभ।

> मुकुट बनकर इतराने वाले फूल की क्या प्रशंसा ? सराहो उन शूलों को, जो कली की लाज बचाने के लिए कमर कसे रहते हैं।
>
> -पं. श्रीराम शर्मा आचार्य

(११३) चीढ़

Pinus longifolia Roxb.

स्वरूप :- सीधा ऊँचा (१००-१५० फीट) पत्ते छोटे-छोटे टहनियों के अंत में लंबे पतले, त्रिकोण युक्त तीन-तीन के समूह में होते हैं।

उपयोग :- आध्मान शूल में-तारपीन के तेल को गोंद में घोटकर, चीनी एवं जल मिलाकर सेवन कराने से लाभ। जीर्ण श्वसनी शोथ में-इसके सेवन से कफ निकलने लगता है, इस तेल को रोगी के कमरे में छिड़कने से रोगी के श्वास में जाकर अपना काम करता है।

(११४) मयूर पंख

Thuja orientalis

स्वरूप :- झाड़ीनुमा गुल्म, इसकी शाखायें चपटीं, पत्ते शल्क (सूखे बादामी रंग के)।

उपयोग :- इसकी चपटी हरी शाखाओं को सेंककर चूर्ण बना लें, मधु के साथ सेवन करने से उल्टी बंद हो जाती है।

(११५) केवकन्द

Costus speciosus Koen & Smith

स्वरूप :- ३-६ फीट ऊँचा क्षुप, भौमिक कंद अदरख के समान, पत्ते भालाकार, रोमश, सफेद पुष्प कोणक, पुष्प भड़कीले लाल होते हैं।

उपयोग :- कास एवं श्वास रोग में-इसके भौमिक मूल स्तम्भ के चूर्ण का मधु के साथ सेवन से लाभ। कर्णशूल में-इसके भौमिक कंद को उबालकर इसका स्वरस एक से दो बूँदें कान में डालने से लाभ होता है।

*****

अब आवश्यकता इस बात की है कि मनुष्य आधुनिकता के अंधे दौर में जीवन-वनस्पति जगत् एवं पर्यावरण के बीच तारतम्य को नष्ट न करे अन्यथा उसकी भौतिक प्रगति, उसकी जीवन-रक्षा न हो पायेगी। इसलिए पुनः नये सिरे से उपयोगी जीवनदायी वनस्पतियों का आरोपण तथा विकास प्रक्रिया आरंभ करें। इससे दोहरा लाभ है। एक तो मनुष्य को शक्ति व सामर्थ्यों से युक्त नया जीवन मिलेगा और दूसरा वातावरण में संव्याप्त प्रदूषण की समस्या सुधरेगी। आयुर्वेद का पुनर्जीवन इस माध्यम से यदि संभव हो सके, तो यह मानवता की सबसे बड़ी सेवा होगी।

-पूज्य गुरुदेव

मुद्रकः युग निर्माण योजना प्रेस, मथुरा